

子どもにとっての最難関行為はお風呂での“ひとり洗い”と判明。 ～ママ自身が楽しむことが子どもの成長を促す秘訣！～

花王メリット×ビオレは、4歳～5歳の子を持つ全国の忙しいと感じているママ600名を対象に「お子様とのコミュニケーション実態、およびママの意識調査・実態調査」を行いました。

その結果、忙しいと感じるママが平日で一番密接なコミュニケーションが取れている場合は、「お風呂」と回答した人が一番多いことがわかりました。その一方で、お子様にとって難易度が高い行為について尋ねると、そんなお風呂タイムにおける“ひとり洗い”であることが明らかとなりました。

育児に関する著書を出版し作家として活躍する立石 美津子氏は「お子様にとって難易度が高いひとり洗いができるようになると、達成感や成功体験から“自信”が付き、お手伝いなども積極的にやることにつながります。」とコメントを寄せています。

密接なコミュニケーションが取れているお風呂だからこそ、難易度が高い“ひとり洗い”をする過程を見守ってあげましょう。

また、お子様が親の真似をしているかどうかを調査したところ、97.3%のママが自分のお子様が親の真似をしていることがあると実感していました。口頭でやり方を伝えるだけでなく、ママが実際にお子様に見せて伝えることが大切なのかもしれません。難易度の高い行為の“ひとり洗い”だからこそ、シャンプーをする行為を楽しそうにふるまうなど、ひとり洗いが楽しいものという想いをお子様に伝えてみてはいかがでしょうか。

今回の調査結果の要旨は以下の通りです。

主な調査結果

- 92.4%のママが忙しい中でもお子様とコミュニケーションが取れていると実感。
その中でも、平日に一番親密なコミュニケーションがとれる場合は、お風呂。
- お子様にとって最難関行為は“ひとりシャンプー”と“からだ洗い”であることが明らかに。
- お風呂の時間そのものを楽しめるように意識しているものの、お風呂で行うシャンプーやからだ洗いなどの行為まで意識しているママは少ないことが判明。
- 97.3%のママがお子様か親の真似をしていることがあると回答。

調査概要

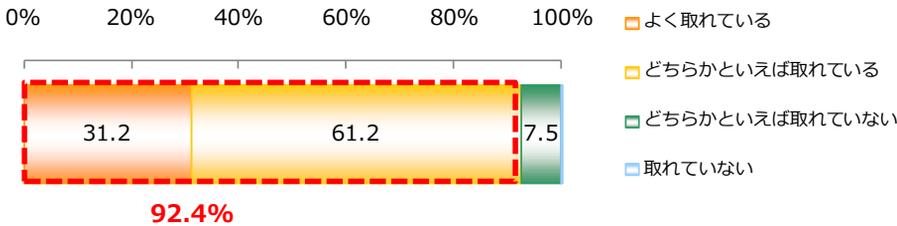
- 調査期間 : 2015年12月18日～12月21日
- 対象 : 全国女性合計600名
条件 第一子のお子様の年齢が4歳もしくは5歳の母親
現在の毎日の暮らしが忙しいと感じている人 (忙しいママ)
- 方法 : インターネットによるアンケート回答方式 (楽天リサーチ株式会社)

お風呂は密接にコミュニケーションがとれる場！

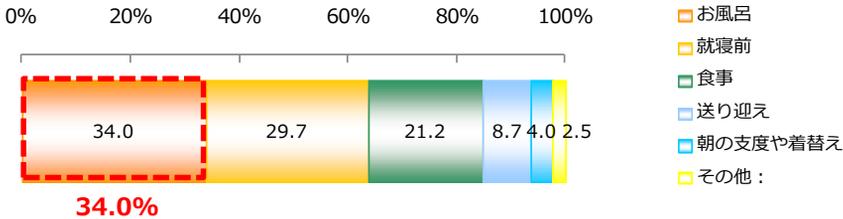
4～5歳のお子様を持つ忙しいママとお子様とのコミュニケーション実態を調査した結果、お子様とコミュニケーションが取れていると回答したママは92.4%いることが明らかとなりました。この結果から、忙しい中でもお子様とコミュニケーションをとるように心掛けているママが多いと言えます。

また、平日過ごす時間で一番親密なコミュニケーションがとれる場はどこかの問いに関しては、「お風呂」と回答したママが34.0%と一番多いことがわかりました。お風呂はお子様と1対1で向き合う時間のため、生活の中で一番密接なコミュニケーションがとれる場所なのかもしれません。

Q1.あなたはお子様とコミュニケーションが取れていると感じていますか。（回答者：全員）



Q2.お子様と平日過ごす時間で一番密接なコミュニケーションがとれる場はどこだと思いますか。（回答者：全員）

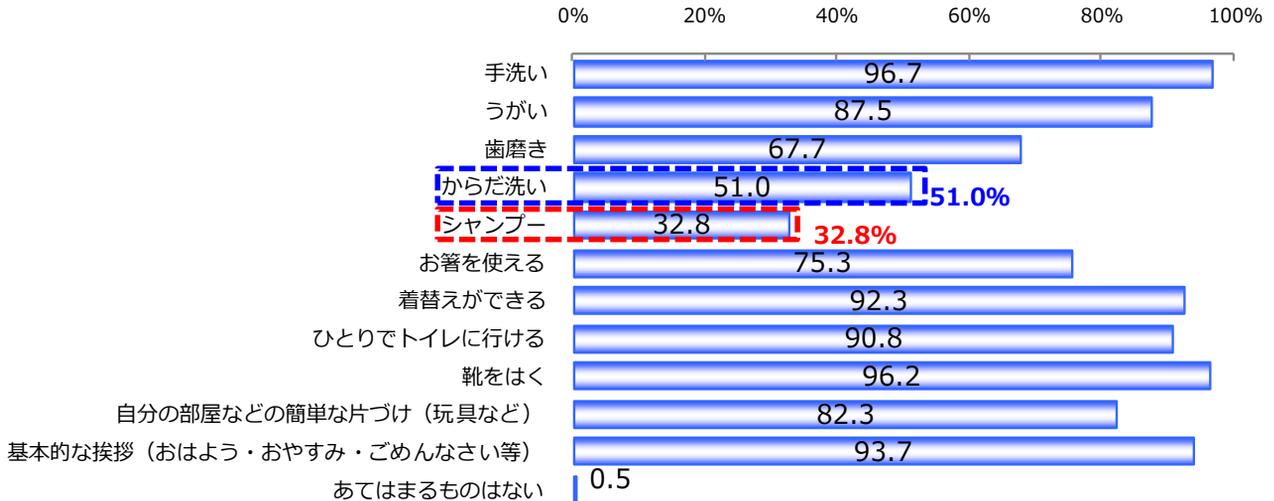


お子様にとって最難関行為は“ひとりシャンプー”と“からだ洗い”

お子様がひとりであることができる行為を調査したところ、ひとりでシャンプーしている子はわずか32.8%にとどまり、お子様の生活におけるひとりで行う行為の最難関は“ひとりでシャンプー”をすることであることが明らかとなりました。

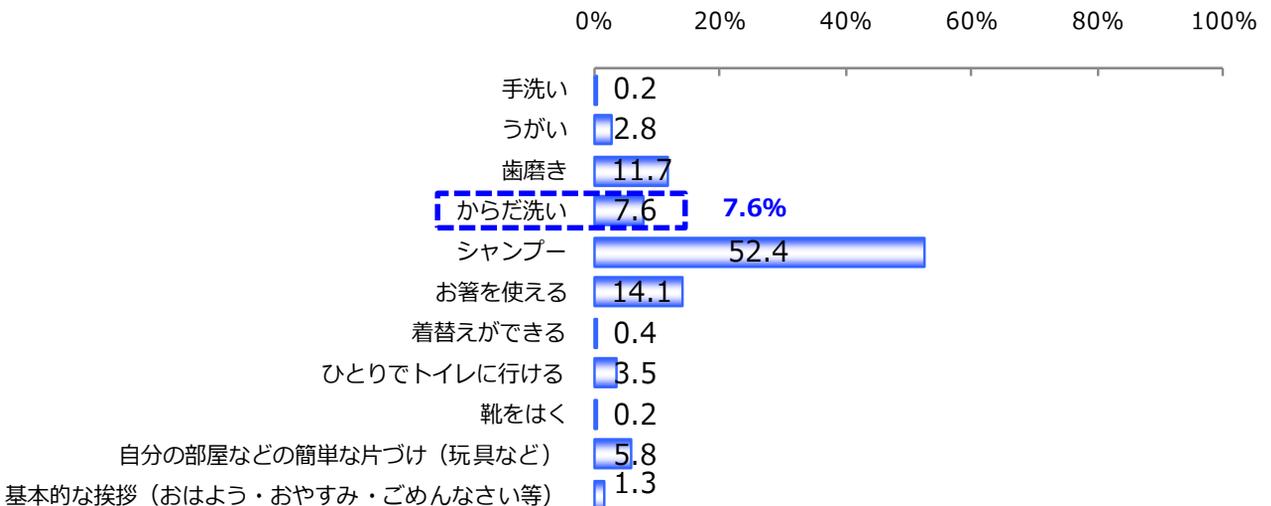
シャンプーに続いて難易度が高い行為は“からだ洗い”で、ひとりでしていると回答したのは、51.0%という結果となりお風呂におけるひとり洗いはお子様にとって難易度が高いことがわかりました。親密なコミュニケーションがとりやすいお風呂という場所であるからこそ、お子様にとって難易度の高い“ひとり洗い”を覚える過程をしっかりと見守り、お子様の成長を感じてみてはいかがでしょうか。

Q3. お子様がひとりでできている行為をいくつかもお答えください。(回答者：全員)



調査の結果、お子様が一人で行う行為でシャンプーに次いで難易度が高いことが分かった“からだ洗い”ですが、ひとりでできるようになるのが最も大変そうだと考えているママは7.6%と、意外にも歯磨きやお箸を使える行為よりも少ないという面白い結果がわかりました。“ひとりでからだ洗いできること”に比べると、倍近くの方がお箸の方が大変そうというイメージを持っています。

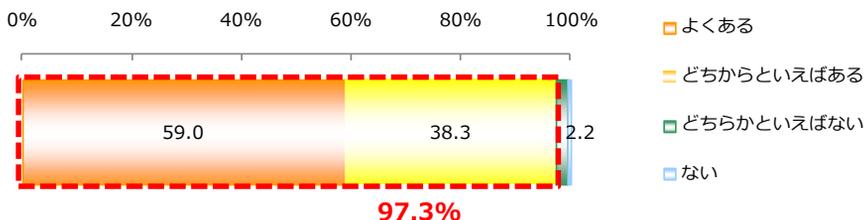
Q4. ひとりでできない行為の中で、できるようになるのが最も大変そうなことは何ですか。(回答者：全員)



親の真似をする子は97.3%も存在。

お子様が親の真似をしているかどうかを調査したところ、97.3%のママが、「お子様が親の真似をしていると思うことがある」と回答しました。この結果から、**お子様はママの様子を見て真似をし、行動していることが明らかとなりました。**お子様に何かをできるようになって欲しい時や何かを伝えたい時は、**ママが実際にお子様にやって見せて伝えることが大切な**のかもしれませんが。その際、**ママが楽しそうにふるまっていると、より興味をもつお子様もいる**のではないのでしょうか。

Q5.お子様が親を真似をしていると思うことはありますか。（回答者：全員）



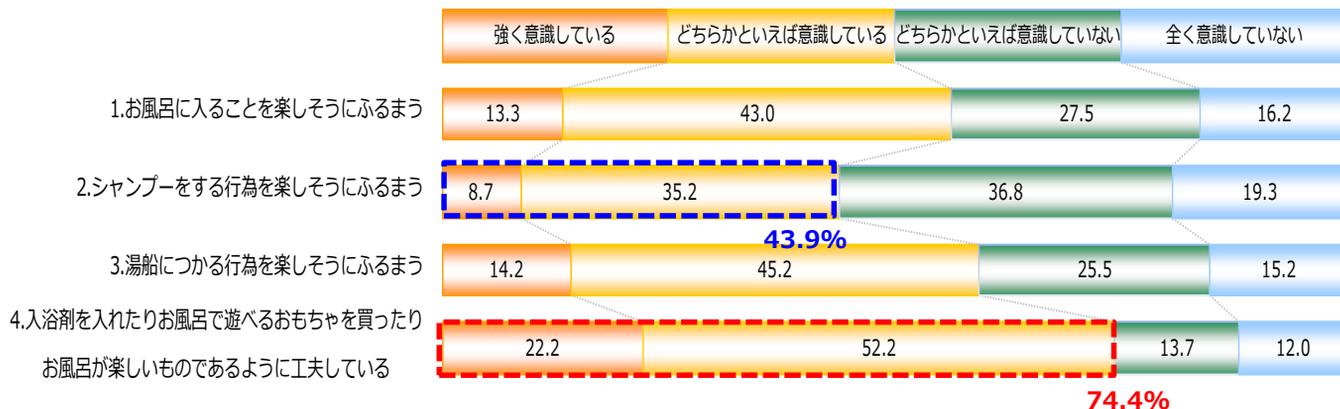
シャンプーする行為を楽しく応援してみよう！

お風呂における意識について調査した結果、74.4%のママは入浴剤を入れたり、お風呂で遊べるおもちゃを買うなどお風呂が楽しいものになるように工夫していることがわかりました。その中でも、楽しくなるように強く意識しているママは22.2%も存在しており、**お風呂は楽しいものだよ、とお子様に伝えたい様子**が見られました。

それに対し、シャンプーをする行為を楽しそうにふるまうことを意識しているママは43.9%で、強く意識しているママはわずか8.7%しかいないことが明らかとなりました。

この結果から、**お風呂の時間そのものは楽しくなるように意識しているものの、お風呂で行う具体的な行為まで意識しているママは少ない**と言えます。

Q6.お風呂における下記の項目の意識度合いをお答えください。（回答者：全員）



親密なコミュニケーションを取りやすいお風呂は、ママの行動をお子様に伝えやすい場と考えられます。しかし、お風呂における“ひとり洗い”はお子様にとって難易度の高い行為で、ママの行動を真似していてもひとり洗いができるようになるのは時間がかかります。**難易度の高い行為の“ひとり洗い”だからこそ、シャンプーをする行為を楽しそうにふるまうなど、ひとり洗いが楽しいものという様子をお子様に伝えてみてはいかがでしょうか。**



子育て作家・講演家

立石 美津子（たていし みつこ）氏

1961年大阪市生まれ。聖心女子大学卒。

幼稚園・小学校・特別支援学校教諭免許を取得後、石井勲氏の元、幼稚園・保育園に漢字教育を普及する。

1995年、株式会社パワーキッズ（教室名：エンピツらんど）を創業し幼児教室を主宰。現在は作家、講演家として活動。自閉症児の母。

著書：「一人でできる子が育つ テキトー母さんのすすめ」

「はずれ先生にあたったときに読む本」

など多数

お風呂タイムで真似させて習得、自信を獲得！

着替え、歯磨き、食事のマナーなど子どもに教えなくてはならないことがたくさんあります。その中でも“からだや髪の毛をひとりで洗わせることは難しいと感じている親が多い”と調査の結果、明らかになりました。そのため、親がやってしまっているケースも多いですね。

でも、いつまでも大人が手を貸していると自ら動くようにはなりません。また「自分で出来た」という達成感や自信も得ることは出来ませんよね。

そこで子どもに自信を付けさせるためにも毎日のお風呂タイムを有効に活用してみませんか？

■時間に追われるママがやりがちな行動

ママは育児、家事、仕事にと忙しいです。お風呂のあとは“夕飯→歯磨き→着替え→9時には寝かせる”などの分刻みの過密スケジュールが押し寄せています。しかし、「子どもにやらせているとかえって時間がかかるから」といつまでも大人がやってしまうと、子どもは“洗ってもらえるもの”と思うようになります。結果的にずっと自分が時間に追われることになってしまいます。

■子どもは真似が得意です！

子どもは真似の天才です。パパ・ママ、お兄ちゃん、お姉ちゃん、周りのお友達がやっていることは良いことも悪いことも含めて何でも同じようにやります。

そんな子どもに対して着替え、手洗い、お片付け、食事のマナーなどを教えるときも口を酸っぱくして「ああしなさい、こうしなさい。」と指示を出すよりも、ママが目前でやってみせて同じようにやらせた方がうまく行きます。

山本五十六の名言にもあるように『やってみせ、言って聞かせて、させてみせ、ほめてやらねば、人は動かず』です。お風呂でのからだや髪の毛の洗い方もママが楽しく見本を見せましょう。子ども一人でやらせないで「こうやって洗うのよ」と一つ一つ段階を追って教えていきましょう。そして少しでも出来たらうんと褒めてあげましょうね。

■まとめ

お風呂は熱があるなどの理由がなければ、毎日入る方がほとんどです。子どもにとって難易度の高い“ひとり洗い”は、毎日やらなければ習慣付かないものです。そこで一人でからだを洗う、髪を洗う課題を大人の真似をさせながら一つ一つ段階を追って教えていきましょう。着替え、歯磨き、からだ、最後の難関のシャンプーで身辺自立ができるようになると、子どもには自信が生まれ、出来ないことにも果敢にチャレンジするようになりますよ。



調査番外編：

「からだのひとり洗いをさせるのに先輩ママとしてオススメしたいことは何？」

同調査で「先輩ママとしてからだのひとり洗いをさせるのにオススメしたいことは何か。」を調査した結果、様々な意見が見受けられました。“一緒に洗う”、“ほめる”などすぐに実践できる意見のほかに、“泡のタイプの商品を使用する”、“使う道具を工夫する”などの意見もあがりました。

<意見の一例>

■一緒に洗う

- ・「お互いの背中を洗い合います」（38歳/京都府）
- ・「親と一緒に洗いあいます」（26歳/千葉県）
- ・「お互いの背中を洗ったりして、楽しい雰囲気させる」（39歳/神奈川県）

■ほめる

- ・「ひとりでできたね、すごいねとひたすらほめる。」（46歳/東京都）
- ・「無理強いさせずに、したい時にさせて、おもいきりほめる。」（35歳/兵庫県）
- ・「完全に洗えていなくてもやり直しはせず、ほめちぎる。」（35歳/栃木県）

■泡タイプの商品を使用する

- ・「泡で遊ぶのが嫌いな子供はいないので、遊びつつそのまま体を洗うようにしていけばいいと思います。」（40歳/福岡県）
- ・「泡タイプは泡立てる必要がないし、洗い残しも少ないので良い」（40歳/埼玉県）
- ・「泡で遊ばせながら洗うといいと思う」（37歳/滋賀県）

■使う道具を使用する

- ・「楽しく洗えるようにかわいいスポンジや容器を用意する」（39歳/愛知県）
- ・「好きなキャラクターのスポンジをつかう」（33歳/佐賀県）
- ・「体を洗うスポンジをキャラクターがついたものにする。少しずつ洗える部分を増やしていくとイライラしない。」（32歳/神奈川県）

これらの意見から、ママたちはひとり洗いを“楽しみの一つ”として楽しくできるように様々な工夫をしている様子がうかがえました。お子様が“ひとり洗い”が楽しくできるように、これらの工夫を参考にしてみてくださいはいかがでしょうか。

ママもオススメの泡タイプ！ 花王製品のご紹介

手洗い



『**ビオレ 泡ハンドソープ**』 医薬部外品

【商品特長】

- 殺菌成分配合
- 素肌とおなじ弱酸性
- カサつきがちな手肌も、うるおいを守って洗えます
- 汚れ・バイ菌・ニオイまで、すっきり落とします
- SPT*（肌清浄化技術）採用 * Skin Purifying Technology
- 子どもでも押しやすい「らくらくポンプ」

商品名 : ビオレ 泡ハンドソープ
 内容量 : ポンプ 各250ml / つめかえ用 450ml
 価格 : オープン価格
 発売日 / 地域 : 発売中 / 全国
 HP : <http://www.kao.co.jp/biore/biore-u/hand/handsoap/>

からだ洗い



『**ビオレ 泡で出てくる！ボディウォッシュ**』

【商品特長】

家族みんなの素肌のために

きめ細かいふんわり泡で手のひら洗い

- 泡で出てくるボディウォッシュです
- ゴシゴシこすらず、手のひら洗いで汗や汚れをきちんと落とします
- 素肌とおなじ弱酸性。赤ちゃんのデリケートな肌もやさしく洗えます
- やさしいフレッシュフローラルの香り（微香性）
- 無着色

たっぷり600ml 約100回洗えます。 ※大人が6プッシュ使用で洗った場合

商品名 : ビオレ 泡で出てくる！ボディウォッシュ
 内容量 : ポンプ 600ml / つめかえ用 480ml
 価格 : オープン価格
 発売日 / 地域 : 発売中 / 全国
 HP : http://www.kao.co.jp/biore/biore-u/body_w/awa/

シャンプー



『**メリット 泡で出てくるシャンプー キッズ**』

【商品特長】

“ひとり洗い”が楽しくなる♪ 弱い力でもしっかり洗えてすすぎも早い

- 細かい泡が汚れを浮かせて落とすから、汗のニオイや汚れもすっきり
- 髪と地肌と同じ弱酸性
- すっきり洗えるノンシリコン処方
- ナチュラルフローラルのやさしい香り
- お子様でもラクに押せるポンプ

商品名 : メリット 泡で出てくるシャンプーキッズ
 内容量 : 本体300ml / つめかえ用240ml
 価格 : オープン価格
 発売日 / 地域 : 発売中 / 全国
 HP : <http://www.kao.co.jp/merit/kids/>